УДК 316.613

*А.В. Меренков***КОНСТРУИРОВАНИЕ ВОСТРЕБОВАННОГО ТЕЛА: ДО И ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ**

На материалах эмпирических исследований, проведенных в 2018–2020 годах, показано, что в сознании разных социальных групп до пандемии господствовало представление, что идеальным телом является молодое в возрасте 15–25 лет. Усилия индивидов, стремящихся к созданию востребованного обществом, работодателями, ближайшим окружением тела, является то, которое внешне соответствует этому возрасту. Здоровье воспринималось как средство обеспечения более значимой цели: быть социально востребованным, как в молодости, независимо от паспортного возраста. Это определяло практики, применяемые для восстановления жизненных сил организма, когда возникают какие-либо болезни. Уникальная ситуация, возникшая в 2020 году из-за коронавируса, привела к *возвращению вековых представлений* о смысле и ценности конструирования желаемого тела. Оно должно быть в первую очередь *психически и физически здоровым*, независимо от внешней привлекательности, возраста, социального положения, материальных возможностей для использования современных технологий омоложения организма. Основной задачей каждого человека стало *конструирование тела, которое в максимальной степени защищено от угрозы заболевания страшной болезнью*. В представленных материалах раскрываются факторы, влияющие на формирование потребности различных социальных групп в конструировании человеческого тела: СМИ, мода, субкультура, референтная группа, наличие экономического и культурного капитала. Выявлено, что активность по формированию тела определяется степенью заинтересованности личности в его изменении. Исследованы *гендерные различия* в формировании желаемого тела. Показано, что востребованное тело определяется не только внешней, но и *внутренней привлекательностью*, которая проявляется в таких качествах личности, как развитые умственные способности, доброжелательность, уважительное отношение к людям, сильная воля, терпение, чувство долга, ответственности. В условиях пандемии они оказались востребованы для преодоления негативных изменений, которые стали происходить в психическом и физическом состоянии организма. Ведущим показателем здорового тела стала устойчивость психической системы при давлении негативной информации об опасности болезни, страха стать зараженным при традиционных формах общения с людьми.

Ключевые слова: тело, востребованное тело, конструирование тела, пандемия, внешняя привлекательность, внутренняя привлекательность, физическое и психическое здоровье, практики конструирования тела.

DOI: 10.35634/2587-9030-2021-5-2-145-154

Правильная ссылка на статью:

Меренков А.В. Конструирование востребованного тела: до и во время пандемии // Вестн. Удм. ун-та. Социология. Политология. Международные отношения. 2021. Т. 5, вып. 2. С. 145-154. <https://doi.org/10.35634/2587-9030-2021-5-2-145-154>.

Постановка проблемы

Человек является единственным живым существом, которое постоянно оценивает свое тело, выясняя, какие социокультурные потребности оно позволяет реализовать. Это вызвано прежде всего стремлением физической и умственной деятельностью создавать и использовать новые и уже имеющиеся продукты созидательной деятельности. Не всегда она осуществляется на основе личных желаний, нередко приходится заставлять организм делать то, что требуется представителями малых и больших общностей, членом которых каждый из нас является. Возникает необходимость конструировать тело, исходя из требований конкретного вида трудовой деятельности и людей, с которыми она осуществляется. Этот процесс запускается путем выработки определенных навыков работы разных органов организма. В результате тренировки возникают стереотипы слаженных действий нервной и мышечной системы, обеспечивающие получение нужных результатов. В прошлом постоянным конструированием тела занимались те, для кого профессией являлись занятия наукой, искусством, военным делом, обработкой земли, производством различных машин и механизмов. Профессионализм в любой сфере деятельности достигается в результате постоянной напряженной работы личности со своим телом.

Достижения в медицине во второй половине XX века привели к появлению новых направлений конструирования желаемого тела. Прежде всего стала утверждаться концепция увеличения продолжи-

тельности жизни на основе профилактики опасных заболеваний, отказа от так называемых «вредных привычек», связанных с курением, употреблением алкоголя, других наркотиков, постоянного контроля за состоянием организма. Возникла мода на занятия физическими упражнениями в фитнес-центрах, спортом с целью поддержания мышечной активности, которая стала снижаться в процессе увеличения количества людей, занятых умственным трудом. Был создан образ идеального тела, обладающего оптимальным весом, параметрами, вызывающими эстетическую привлекательность, способного длительное время выполнять сложную работу, диктуемую современной общественной жизнью. Оно не должно иметь хронические заболевания, сохранять трудовую активность до преклонного возраста. Конструирование такого тела требует специальных ежедневных усилий с подросткового возраста на протяжении всей жизни без каких-либо послаблений. Однако природа создавала человека не для выполнения этой задачи, она обеспечивает необходимый уровень жизненной активности на протяжении того времени, пока организм может реализовать главную задачу: дать жизнь следующему поколению [1].

Потребность в продолжительной жизни является продуктом культуры. Раньше она не могла реализоваться, а в наше время технологии для ее удовлетворения существуют, но не все люди готовы бороться с природой, побуждающей жить расслабленно, экономно тратя жизненные силы. Высокие темпы изменений во всех сферах жизнедеятельности современного человека привели к тому, что возникло и утвердилось в общественном сознании представление о том, что справиться с возросшими физическими и психическими нагрузками могут только люди, сохраняющие многие годы энергию, свойственную молодежи. Нужно в 50–70 лет соответствовать им в работе, общественной жизни, организации досуга, носить ту одежду, которую они считают модной. Для решения этой задачи используются все возможные способы, включая радикальные, когда после пластических операций внешне индивид выглядит на 15–20 лет моложе [2]. Утвердился культ тела не на основе его соответствия требованиям профессиональной деятельности, а на основе заданных модой внешних характеристик. При этом требования к тому, насколько человек готов добросовестно и честно трудиться, проявлять ответственность, уважительно относиться к другим людям, снизились. Уровень внутренней культуры внешним видом не определяется. Конструирование эмоций, чувств, мыслей, поведения, определяющих продолжительную и здоровую жизнь, трудовую, общественную деятельность, еще не стало предметом постоянной работы личности над собой. Возникло противоречие между требованиями к созданию желаемого по внешним характеристикам тела и того, которое обладает внутренними качествами, обеспечивающими реализацию всей совокупности требований современной жизни, в которое все чаще возникают неожиданности, требующие оперативного изменения работы организма. Таковой стала возникшая в 2020 году пандемия, вызванная коронавирусом – болезнью, охватившей всей страны мира. Качественно новая жизненная ситуация, вызванная повсеместной угрозой оказаться заболевшим страшным недугом, привела к изменениям в целях и способах конструирования тела. Оно должно обладать способностью противостоять новой болезни, выдержать все ограничения, которые были введены для снижения масштабов ее распространения почти во всех странах. В связи с этим актуальной проблемой стало изучение изменений в практиках конструирования востребованного тела в условиях смены жизненных ценностей человека в новых социокультурных условиях.

Методология и методы изучения

Идея конструирования востребованного культурой человеческого тела стала разрабатываться с 1984 г. Б. Тернером [3]. Люди конструируют свое тело, ориентируясь на стандарты, предъявляемые социальными группами, чьи ценности они принимают. Физическое тело – это данный природой объект, который подвергается преобразованиям в процессе взросления, социализации, потребности сделать себя привлекательным человеком. Согласно М. Foucault, восприятие и использование тела представляет собой социальную конструкцию [4]. В контексте идей и положений Р. Bourdieu тело рассматривается как культурный капитал [5]. Человек является одновременно биологическим существом и социальным агентом. Работа над телом предполагает постоянную активность личности, требующую физических, психических, финансовых затрат для получения планируемого результата. Достижения специалистов в области биологии, генетики, биоинженерии, медицины открыли возможность создавать социальное тело, необходимое для самореализации и самоутверждения личности при взаимодействии с разными социальными общностями и индивидами.

В эмпирических исследованиях, которые были проведены с 2018 по 2020 год в рамках гранта РФФИ¹, использовалась полиметодическая стратегия, включающая как количественные, так и качественные методы сбора и анализа информации, направленной на выявление практик конструирования тела разными социальными группами и индивидами: контент-анализ документов, анкетный опрос, глубинное интервью, фокус-группы. Методом экспертного интервью выявлено мнение 38 специалистов (фитнесс-тренеров, модельеров одежды, руководителей спортивных секций, врачей-диетологов, пластических хирургов, тату-специалистов). Методом анкетирования опрошено 2100 человек разного пола, возраста, образования, социального положения; методом глубинного интервью – 32 респондента в возрасте от 16 до 70 лет. В условиях пандемии был использован метод проведения онлайн фокус-группы. Установлено, что отсутствие группового давления позволяет получить более достоверные данные от информантов.

Желаемое тело в условиях отсутствия угрозы здоровью и жизни

Исследования, проведенные в 2018–2019 годах, показали, что активность по формированию тела определяется степенью заинтересованности личности в его изменении. Заказчиками востребованного тела являются люди, которые стремятся сохранить его как здоровый организм, позволяющий свободно заниматься любой работой. Человек воспринимает свое тело как инструмент, который должен без каких-либо отклонений выполнять то, что от него требуется в конкретной жизненной ситуации. Осознание его возможностей происходит тогда, когда по каким-то причинам он отказывается подчиняться воле субъекта, считающего себя его хозяином. Представления о востребованном теле формируются референтными группами, ориентирующими на создание внешне привлекательного тела по определенным показателям. *«Оно должно соответствовать принятым нормам, кожа должна быть красивой, формы – естественными, привлекательными. Такое мнение присутствует во всех возрастных группах»* (пластический хирург). В то же время толерантность требует принятия человека любой комплектности независимо от его национальной принадлежности, веры, образования, особенностей поведения.

Мода на тело, которое демонстрирует известные артисты, спортсмены, влияет не только на молодежь, но и на людей среднего, старшего возраста. Создает образ *«инста-дивы» с наклеенными ресницами, длинными ногтями, выпрямленными волосами, которая делает ботокс и т.п. Вся ложенная такая. Тут дело даже не в красоте, а в ухоженности. У людей появилась возможность придерживаться этого идеального образа»* (визажист). Отмечается, что каждый человек выбирает для себя определенный образ тела, которое он пытается создать, используя доступные для него средства.

Эксперты выделили субъектов, заинтересованных в формировании желаемого многими людьми тела. Это прежде всего те индивиды, для которых *«главное желание – быть привлекательным сексуально, особенно это выражено у женщин. Им это представление навязали»* (психолог). Они являются основными заказчиками модной одежды, косметики, различных диет, занятий в фитнес-клубах, пластических операций. *«Есть женщины, которые считают, что внешность определяет статус в обществе. Это как «породистость». Если носик маленький, то ты считаешься «породистой», красивой. Значит, в обществе ты можешь занимать разные позиции. Но зачастую это мода, это не мнение самих людей, которые хотят это все себе сделать, просто тренд. На самом деле зачастую люди не понимают, что теряется их индивидуальность»* (пластический хирург). Желание выглядеть привлекательными также существует у мужчин под воздействием мнений окружающих людей. *«К нам стали мужчины приходить на покраску волос. Есть, например, мужское тонирование для седых волос: пять минут в мойке – и все, пожалуйста, готово... Еще 10–15 лет назад для мужчины окраска волос была категорически неприемлема. Сегодня это норма»* (стилист-парикмахер). Выделились различия по возрасту, социальному положению среди мужчин, которые заказывают востребованное тело. *«Возрастные мужчины часто делают процедуры со своим лицом, фигурой, когда у них появляется юная любовница, почему бы и нет. Или когда они являются директорами крупных компаний, и они не хотят, чтобы их сотрудники видели, как они стареют. Или это звезды шоу-бизнеса, которые хотят просто выделяться среди толпы, «серости». Они считают, что белыми зубами и гладким лбом они могут как-то выразить какую-то свою уникальность»* (пластический хирург).

¹ Грант РФФИ Уральскому федеральному университету № 18-011-00150 А.

Возникновение устойчивых представлений о том, что внешность каждого человека постоянно оценивается другими людьми, ведет к появлению собственной потребности нравиться себе. *«Я так думаю, что это, наверное, любовь к себе, в первую очередь к своему телу. Потом это мнение окружающих. И, наверное, чем старше становишься, тем больше понимаешь, что если ты будешь выглядеть соответственно, то ты будешь более востребованным: и в семье, и в обществе»* (фитнес-тренер).

Выявилась последовательность формирования представлений о востребованном теле, на основе которых возникает система практик по его изменению. Запускают этот процесс господствующие в данное время в обществе примеры привлекательных людей, в качестве которых чаще всего выступают публичные люди, появляющиеся на экранах телевизоров, обложках журналов мод, в социальных сетях. Данная природой каждому человеку потребность быть принятым другими людьми с помощью привлекательного образа формирует ориентацию на действия, которые позволяют создать нужный внешний вид. Начинается поиск информации о наиболее эффективных методах достижения востребованной социумом телесности. Исходя из наличия по месту жительства организаций, занимающихся созданием красивого тела, финансовых средств, необходимых для решения этой задачи, у личности возникает установка на использование конкретных способов конструирования желаемого тела.

Исследование выявило факторы, определяющие ценность и возможность применения таких практик формирования востребованного тела, как занятия в фитнес-клубах, центрах йоги, приобретение модной одежды, обращение к врачам-диетологам, специалистам по татуажу, стилистам, косметологам, пластическим хирургам. Занятия йогой, фитнесом требуют значительных затрат сил, концентрации воли, терпения. Результаты приходят не сразу. Значительно быстрее можно сменить свой внешний вид, приобретая модную одежду. *«Одеждой можно скрыть какие-то недостатки тела, усилить привлекательность. Можно подчеркнуть талию, грудь, красивые ноги. А еще выделить красоту головы с помощью шляпок... Модной одеждой можно вызвать внимание даже к женщине, не имеющей привлекательной комплекции»* (дизайнер одежды). Однако не все люди добиваются с помощью этих методов желаемого результата. Стала утверждаться ценность сохранения на протяжении многих лет внешне молодого тела. Достижения хирургии позволяют реализовать потребность в восстановлении по внешним показателям как молодого лица, так и других частей тела. Хирурги, косметологи научились его кроить по заказу потребителя. К ним стали обращаться не только те, кому 40–50 лет, но и женщины в 25–30 лет, стремящиеся максимально соответствовать моде на красивое, по их мнению, тело.

Стала утверждаться ориентация на использование пластических операций для радикального изменения своей внешности. *«Это нередко люди, которые не принимают свое тело. Это может быть и результат чьего-то злого слова, чьей-то злой шутки... На самом деле эти люди больные. К сожалению, как правило, они не находят решения своих проблем, не находят того идеала, к которому стремятся, так как его нет. Есть какое-то недовольство, им постоянно хочется что-то сделать, что-то менять»* (пластический хирург). Слепое следование чужому примеру без учета индивидуальных особенностей, нередко приводит к печальным последствиям. По мнению экспертов, любое воздействие на организм может при определенных условиях дать негативный результат.

Исследование показало, что значительная часть населения не обращается к специалистам для преобразования своего тела. *«Некоторым людям просто нет до себя дела. Они смирились со своим телом и внешним видом. И это модное направление сейчас: принять себя такой, какая есть. Это вот те самые люди. Им неважно мнение окружающих, они не принимают эталон красоты, который принят в данный момент, считают, что все у них и так хорошо. Они думают, что у них богатый внутренний мир и это важнее»* (психолог). Действительно, изменение внешности не меняет работу внутренних органов тела, кардинально не преобразует чувства, мысли, привычки личности. Если удалось найти людей, которые принимают индивида на основе общности интересов, схожести характеров, создать устойчивую систему отношений с ними, следует ли экспериментировать со своим телом, затрачивая много времени, физических и психических сил, финансовых средств?

Исследование мнений представителей разных возрастных групп о том, какое тело они считают привлекательным, показало следующее. Среди тех, кому 16–18 лет, девушек оценивают по ограниченному количеству параметров: красивое лицо, фигура, здоровое тело. Стереотипы восприятия женского тела, которые формировались веками, сохраняются до нашего времени. При этом представители женского пола предъявляют более высокие требования к своему внешнему виду, чем мужчины, которым они хотят нравиться. Молодое поколение воспроизводит стереотип мужского тела, существ-

вовавший веками. Оно должно быть сильным, здоровым, с развитым плечевым поясом, стройным, подвижным. В настоящее время оно конструируется с помощью занятий в фитнес-центрах, спортивных клубах. Такое тело нравится девушкам, в подсознании которых сохраняются архетипы традиционного облика тех, кто их должен защищать при возникновении какой-либо опасности. При этом ими выше, по сравнению с юношами, ценится здоровое, сильное мужское тело.

Выявились основные факторы, влияющие на формирование представлений о внешней привлекательности мужского и женского тела. Среди девушек 49 % заявили, что их мнение определяется личными убеждениями. Подростками не осознается в полной мере влияние семьи, друзей, искусства, литературы на возникновение устойчивых представлений о желаемом теле. Среди юношей 33 % отмечают наличие личных убеждений о том, какого человека можно считать внешне привлекательным. Среди девушек 25 %, у юношей 13 % тех, чье мнение возникло под влиянием желания постоянно совершенствовать себя. Представители женского пола осознают, что в течение всей жизни им придется заниматься конструированием своей внешности. К этому 8 % опрошенных побуждает недовольство своими природными данными. Среди представителей мужского пола таких не оказалось. Респонденты указали влияние социальных сетей на формирование образа привлекательного человека: среди девушек 21 % отметили этот фактор, у юношей – 13 %. В равной степени те и другие (12 %) отметили влияние любимого человека, образов красивых людей в журналах, на телевидении.

Востребованное тело определяется не только его внешними характеристиками. В процессе общения с разными людьми, чтения художественной литературы, просмотра кинофильмов, дружеского общения формируется представление о том, какие качества человека соответствуют требованиям современного общества. Создается образ внутренней привлекательности, которая оказывается более значимой, чем внешняя. Женщины 16–18 лет значительно выше ценят такие личностные качества, как умственные способности, доброжелательность, уважительное отношение к людям (46 %), по сравнению с мужчинами (27 %). Среди представителей женского пола считают нужным развивать волю, терпение 36 %, а у мужчин так думают 28 %. Требовательность к себе, чувство долга, ответственности значимы только для 17 % респондентов. Было выявлено содержание практик, используемых учащимися школ для формирования желаемого тела. Самообразование используют 45 % девушек и 33 % юношей, занятия спортом, фитнесом – соответственно 43 % и 30 %. Стремятся правильно питаться 32 % представителей женского и 15 % мужского пола.

Опрос представителей возрастной группы 19–25 лет показал, что в процессе приобретения жизненного опыта происходит изменение представлений о теле, востребованном трудовой, досуговой деятельностью, общением с представителями другого пола. Если важность наличия красивой фигуры у девушки отмечали 47 % тех, кому 19 лет, то среди людей в возрасте 22–25 лет – уже 60 %. Среди них на 23 % больше тех, кто постоянно применяет косметику для того, чтобы стать привлекательными. Значимость здорового тела среди девятнадцатилетних отмечали 32 % девушек и 48 % юношей. У тех, кто старше на пять лет, их количество возросло до 63 %. Возрастает ценность такой характеристики востребованного тела, как наличие у его обладателя развитых умственных способностей: у девушек с 30 % до 48 %, у юношей с 43 % до 60 %. Значимость таких качеств, как уважительное отношение к людям, доброжелательность, общительность, высокая работоспособность, не претерпевает особых изменений, что позволяет сделать вывод о завершенности формирования установок на их развитие к 18–19 годам.

Сравнительный анализ представлений о востребованном теле людей среднего и старшего возраста, которые в трудовой, семейно-бытовой, общественной деятельности постоянно выявляют степень своего соответствия требованиям современного мира, показал следующее. Мнение о привлекательных характеристиках женского тела у 25-летних и 31–50-летних меняется в диапазоне 3–4 %. Несколько возрастает ценность красивой фигуры (с 55 до 60 %) при снижении значимости красивого лица (74 % до 70 %).

Обнаружилось такое явление, как культ *стройного женского тела* у представителей всех возрастных групп. Ориентация на его конструирование выражается уже у молодежи до 25 лет. С возрастом повышается активность в его создании и сохранении. Если среди женщин, которым до 30 лет, 44 % пытаются сохранять свою стройность, то в 31–50 лет таких 58 %. В более старшем возрасте на 20 % меньше тех, кто отмечает ценность всех качеств востребованного женского тела. Изменение представлений о внешне привлекательном мужском теле с возрастом выражено значительно сильнее, чем о женском. Так, значимо красивое лицо для 48 % опрошенных в возрасте 25–30 лет и 27 % в воз-

расте 30–50 лет. Снижается ценность красивой фигуры: соответственно с 38 % до 29 %. Воспроизводится стереотип, что внешняя привлекательность мужского тела не является важным фактором как при трудоустройстве на работу, так и при создании семьи. Обнаружилась сформированная у мужчин старше 50 лет современной модой ориентация на создание стройного тела. Если в возрасте 30–50 лет этот индикатор привлекательности отмечается 29 % опрошенных, то в 50–70 лет – 42 %. Используют для реализации этой цели спортивные занятия 67 % респондентов.

Ведущими факторами, определяющими активность в конструировании желаемого тела в течение всей жизни, являются личные убеждения респондентов, что отметили 71 % в возрасте до 30 лет и 81 % – от 30 до 50 лет. Желание постоянно совершенствоваться сохраняется на протяжении всей жизни у 30 % опрошенных. При этом среди женщин его отметили 46 %, а среди мужчин – 22 %. Образы красивых людей в журналах, на телевидении, в социальных сетях побуждают заниматься изменением своего тела 28 % респондентов в возрасте 25–30 лет и 18 % – тех, кому от 30 до 50 лет.

Выявлены представления о ценности *внутренних характеристик востребованного тела* у людей разного возраста и пола. Ведущим качеством оказалось уважительное отношение к людям. Это отметили 67 % респондентов от 25 до 50 лет и 48 % более старшего возраста. На второе место по значимости вышла доброжелательность. Считают его важным 62 % респондентов в возрасте до 30 лет, 65 % – от 30 до 50 лет и 52 % в более старшей группе. Среди женщин всех возрастов на 18 % больше тех, кто отмечает доброжелательность как важное качество человека. Выявились различия в оценке роли развитых умственных способностей для того, чтобы человек был востребован в современном информационном обществе. Среди тех, кому до 30 лет, 67 % отмечают их значимость. Среди 30–50-летних такого мнения придерживаются 55 %, а в 50–70 лет – 44 %. Те, кому до 30 лет, ценят оптимизм – 48 % (в средней возрастной группе – 39 %, а в старшей – 32 %). Однако молодые люди ниже на 12 % по сравнению с респондентами в возрасте 30–50 лет оценивают роль сильной воли – 29 %, общительности – 28 % и ответственности – 34 %. Оценивают значимость работоспособности: среди 30–50-летних – 10 % и в 50–70 лет – 14 %.

Представления значительной части респондентов о востребованном в динамично меняющемся обществе теле характеризуется противоречивостью. С одной стороны, оно должно обладать высокой продуктивностью мыслительных процессов, с другой стороны, требования к работоспособности организма минимальны. Одной из причин является непонимание того, что навыки умственной деятельности формируются в процессе постоянной работы мозга. Его необходимо тренировать для выполнения сложных умственных операций с подросткового возраста и развивать в течение всей жизни в условиях перехода к цифровому обществу, в котором многие простые виды труда будут переданы машинам с искусственным интеллектом. Человеку предстоит заниматься творческой деятельностью, которая требует высокой работоспособности. Также следует отметить низкую оценку значимости ответственности человека, которая определяет его отношение к труду, общение в семье, общественных местах. От этого качества зависит умение личности контролировать свое поведение для обеспечения здоровья, безопасности окружающих людей.

Выявились основные виды практик, которые используют для создания востребованного по внешним и внутренним характеристикам тела. Ведущим способом для 61 % молодых людей до 30 лет является самообразование. Среди тех, кому 30 до 50 лет, им занимаются 45 %, а в старшем возрасте – 38 %. Молодежь 25–30 лет более активно использует для конструирования своей телесности занятия спортом (52 %). Таких среди 30–50-летних 44 %, а в старшем возрасте – 32 %. Стремятся правильно питаться, чтобы сохранять свое здоровье 40 % в возрасте 25–50 лет и 30 % – в группе 30–70 лет. Учатся управлять своими эмоциями, чувства в условиях возрастания психологической нагрузки 34 % респондентов независимо от возраста. 52 % молодых людей стараются с помощью новой модной одежды повысить свою внешнюю привлекательность. В старших возрастных группах таких 25 %. Обращаться к пластическим хирургам считают возможным 9 % в возрасте 30–50 лет. В возрасте 50–70 лет их количество возрастает до 14 %. Среди них 74 % – женщины.

Востребованное тело во время пандемии

Чрезвычайная ситуация, возникшая в результате пандемии, привела к *возвращению вековых представлений* о смысле и ценности конструирования желаемого тела. Оно должно быть в первую очередь *психически и физически здоровым* независимо от внешней привлекательности, возраста, социального положения, материальных возможностей для омоложения организма. Вирус уничтожает

как бедных, так и богатых. К тому же ограничения, введенные на посещение фитнес-центров, спортивных секций, существенно усложнили реализацию утвердившихся в сознании разных социальных групп до 2020 года практик поддержания в активном состоянии организма. Основной задачей каждого человека во всем мире стало *конструирование тела, которое в максимальной степени защищено от угрозы заболевания страшной болезнью*.

Исследования, проведенные в год начала пандемии, выявили разрушение господствующих до этого времени в общественном сознании представлений о востребованном по внешним и внутренним характеристикам организма. Началось возвращение к использованию традиционных методов восстановления жизненных сил организма. Появились иные практики защиты своего здоровья и окружающих людей. Во время первой волны пандемии (в апреле–мае) было проведено социологическое исследование, направленное на изучение влияния *самоизоляции* на трансформацию психического и физического состояния молодежи 17–25 лет. Опрос показал, что пребывание на вынужденной самоизоляции вызвало изменения в чувственно-эмоциональном состоянии у 87 % опрошенных. При этом 32 % фиксировали существенные изменения, а 45 % – незначительные. Больше всего их заметили представители женского пола – 94 %. Респонденты отметили следующие негативные трансформации в психике: 34 % – появление немотивированного раздражения, 28 % – стресса. *«Ухудшилось настроение, возникли проблемы с режимом дня, сном, вызванные умственной нагрузкой, нагнетанием страха, связанного с коронавирусом, появлением каких-то непонятных запретов и режимов»* (жен., 18 лет). *«Меньше общаешься с людьми и порой становишься асоциальным... Нередко в голову приходит желание сделать то, что в обычной жизни никогда бы не сделал»* (муж., 21 год). То, что прежде молодые люди воспринимали спокойно, в условиях постоянного взаимодействия с людьми в замкнутом пространстве квартиры, комнаты общежития вызывает трудно контролируемое недовольство, переходящее в ряде ситуаций в гнев. Более 60 % респондентов объясняют это боязнью заразиться от любого человека, который оказывается с ними рядом. Страх парализует волю в борьбе за самосохранение, снижает иммунитет организма.

Разрыв традиционных социальных связей привел к ухудшению не только психического состояния тела, но и физического. 81 % фиксируют изменения в его функционировании; отмечают их как значительные 35 %, среди женщин таких на 11 % больше, чем среди мужчин. *«Немного пополнила, чувствую тяжесть в теле, так как не хватает физической активности. Спортзалы закрыты»* (жен., 20 лет). *«Стала иногда болеть голова, мышечная масса сократилась»* (муж., 21 год). Молодые люди чаще стали ощущать вялость и слабость в теле – 55 %, усилились прежние болезни у 10 %. Негативные трансформации молодого тела во время пребывания на самоизоляции побуждали искать способы восстановления жизненных сил. 97 % опрошенных отмечают, что они стали тратить в два раза больше времени на зарядку, *заниматься доступными видами спорта*. Полагаются регулировать психические реакции, подавляя негативные эмоции, 69 %. *«Слушаю любимую музыку, читаю книги, смотрю интересные фильмы о прежней жизни, занимаюсь спортом»* (жен., 19 лет). *«В данный момент я занимаюсь спортом дома и изредка на улице: отжимания, подтягивания, бег. Пришлось отказаться от силовых упражнений с железом»* (муж., 19 лет).

Опрос людей в возрасте 25–70 лет показал, что 18 % ощутили значительные изменения в психическом здоровье, 34 % – незначительные. Особенно те, кому за 50 лет. Его ухудшение выразилось в том, что у 53 % стало часто возникать раздражение по разным поводам, в частности из-за необходимости удаленной работы. 45 % отметили, что раздражение привело к устойчивому состоянию стресса. Он усилился у 19 % страхом, вызванным опасностью заболевания коронавирусом. У 56 % это чувство возникало, когда они получали информацию о заболевших родственниках, знакомых, соседях. Негативные психические переживания привели к изменениям в физическом состоянии: 23 % заявили о том, что существенно ухудшилось здоровье, 34 % – незначительно. Каждый второй опрошенный отметил появление слабости в теле из-за снижения физической активности, длительного стресса. 27 % указали на усиление прежних болезней, 17 % – на снижение жизненного тонуса, а 12 % – на появление новых заболеваний. Особенно у людей старше 50 лет.

Для того чтобы поддержать свое здоровье в необычной жизненной ситуации, 73 % увеличили время на ежедневную зарядку. *«Загрузила приложение на планшет и занимаюсь почти каждый день...»*. 32 % совершали прогулки рано утром или вечером, когда было меньше людей на улицах. *«Гулять выхожу поздно вечером, даже ночью (хожу в круглосуточный магазин)»* (жен., 45 лет.); 9 %

купили разные тренажеры, укрепляющие мышцы спины в условиях длительной сидячей работы за компьютером. 8 % в связи с большой нагрузкой на зрение стали использовать различные упражнения для восстановления глаз.

Обострение прежних болезней вызвало необходимость более жесткого соблюдения рекомендаций врачей по их профилактике. Для снижения раздражительности, преодоления стрессовых переживаний 64 % стали чаще слушать *приятную музыку, смотреть фильмы, создающие позитивное настроение*, 23 % обратились к юмористической литературе, описывающей жизнь до пандемии; 15 % – искать в интернете информацию о способах преодоления негативных психических переживаний. *«Общение стало больше, да и время, затрачиваемое на разговоры, тоже увеличилось. Видимо, и мне, и коллегам хочется поговорить, что ли... В общем, скорее сама работаю над своим состоянием. Иногда просто ухожу в спальню, чтобы «отдохнуть» от близких, с которыми живу. Муж тоже так же делает»* (жен., 52 года).

Исследования, проведенные в период второй волны распространения пандемии (в декабре 2020 года), показали, что сохраняется на том же уровне чувство страха у 18 %, снизилось состояние стресса у 17 %. При этом те, кто перенес коронавирус, боятся этой инфекции сильнее, чем не сталкивающиеся с COVID-19 [6]. В то же время 41 % респондентов отмечают усталость от вводимых ограничений. Сократилось количество тех, кто отмечает ухудшение физического здоровья, – 15 %, появление новых болезней – 7 %. При проведении фокус-группы среди людей 40–60 лет выявились изменения в восприятии телесности человека, презентации тела. *«Люди стали иначе восприниматься, так как лиц не видно, одни маски... Я перестала использовать косметику, губная помада уже не нужна... Стала мало общаться, только по телефону... Перестала ходить в кафе, театр из-за постоянной тревоги на протяжении уже более полугода. Вдруг человек, идущий навстречу, носитель вируса... В формировании такого уровня тревожности, страхов большую роль играют средства массовой информации. Если в условиях первой волны коронавируса я, например, ежедневно, несколько раз в день отслеживала статистику, читала публикации, то со временем я поняла, что это очень сильно травмирует меня, я просто перестала открывать новостные ленты»*.

Исследования зарубежных психологов показали, что «воздействие пандемии ощущается во всем теле: когда люди чувствуют угрозу, абстрактную или реальную, активируется биологическая реакция на стресс. Кортизол мобилизует глюкозу. Срабатывает иммунная система, повышается уровень воспаления. Это влияет на работу мозга, увеличивая чувствительность к угрозам и снижая чувствительность к положительным моментам... Эта хроническая активация может нанести вред в долгосрочной перспективе. Она ускоряет биологическое старение и увеличивает риск возрастных заболеваний» [7].

Актуальной задачей становится конструирование психического здоровья в условиях пандемии, которое позволит вернуться к прежней жизни, свободной от ежедневного страха. Опрос показал, что 66 % опрошенных стремятся научиться *спокойно реагировать на новую информацию о пандемии, вводимые ограничения*; 43 % пытаются *создавать радость себе и окружающим людям*. 22 % стали использовать предлагаемые психологами методы работы с негативными переживаниями. На фокус-группе среди молодых людей отмечались такие методы: *«Я стал заниматься йогой, медитацией. Помогает от всего отвлечься... Хотя напрягала постоянная информация о том, что еще один человек умер. Он еще недавно к тебе приходил, а сейчас его нет... Но к психологам не обращался. Сам справился»*. Чаще стали совершать *прогулки* 34 % опрошенных, *принимать витамины* для укрепления иммунитета – 32 %, наладили сон, питание 27 %. *«Занимаюсь на свежем воздухе. Работаю на даче...»*. Стала осознано регулироваться система взаимодействия с другими людьми в условиях общей опасности заболевания новым вирусом. 51 % демонстрируют доброжелательное отношение к людям, 49 % – уважение, 39 % спокойно реагируют на неожиданную агрессию. 33 % готовы совместно решать проблемы, возникающие в условиях пандемии, 31 % помогают тем, кто не может самостоятельно приобрести продукты, товары повседневного пользования. *«Главное в наше время, наверное, проявлять ответственность, организованность»* (муж., 25 лет). Попытки медицинских специалистов, органов власти побудить граждан *быть социально ответственными* людьми не дали желаемых результатов. Как показали наши исследования, проведенные до пандемии, только около трети респондентов считали это качество необходимым для современного человека. Поэтому обеспечить строгое соблюдение правил, снижающих распространение инфекции, оказалось трудным делом. Стремление вернуться к прежней жизни доминировало настолько, что потребность апробированными способами конструировать привлекательное тело привела к росту желающих вновь обратиться к пластическим хирургам [8].

Заключение

Исследования, проведенные до пандемии и во время тех опасностей, ограничений, которые она породила, позволяют сделать следующие выводы. Основные практики конструирования тела связаны с физическими нагрузками, рациональным питанием, использованием определенной одежды/аксессуаров для формирования привлекательного внешнего образа. Они самые безопасные и доступные. Татуировки чаще используются молодежью, косметологические процедуры – представителями средних и старших возрастных групп. Рисковый вид практики – пластические операции, которые имеют необратимый характер. Заказчиками востребованного тела выступают сам индивид, работодатель, государство. *Формирование внешне привлекательной внешности* является основным направлением конструирования востребованного тела как для женщин, так и мужчин во всех возрастах. Воспроизводится новым поколением сформированное в течение многих веков *гендерная асимметрия* в представлениях о привлекательном женском и мужском теле. *Активность представителей женского пола* в формировании востребованного тела существенно выше, чем у мужчин. Основными практиками выработки желаемого по внешним характеристикам тела являются физические занятия в фитнес-центрах, спортивных клубах. В представлениях о востребованном по способностям к нормативной трудовой деятельности, межличностному общению телу, с одной стороны, воспроизводятся не меняющиеся с возрастом моральные ценности доброжелательного, уважительного взаимодействия с разными социальными субъектами, с другой стороны, отмечается возрастание значимости развития умственных способностей в условиях перехода к цифровому обществу, внедрению искусственного интеллекта. Выявлена у представителей всех возрастных групп низкая оценка важности формирования работоспособности, что существенно осложняет приобретение новых знаний, умений в процессе адаптации к требованиям современного научно-технического прогресса. Основным средством формирования востребованного по внутренним характеристикам тела является *самообразование*, направленное преимущественно на освоение новых технологий, технических систем, появляющихся в жизни современного человека.

Пандемия вернула людям ценность тела, которое привлекательно не столько красотой лица, фигуры, сколько способностью *сопротивляться* опасным для жизни новым болезням. Ведущим показателем здорового тела стали не столько физические характеристики, сколько *устойчивость психической системы* при давлении негативной информации об опасности заболевания, страха, исходящего от любого человека. Выделились три группы людей, выработавших разные стратегии конструирования тела, способного адаптироваться к крайне негативной для здоровья, жизни человека ситуации. Первая характеризуется строгим соблюдением всех ограничений, рекомендаций эпидемиологов. Вторая – самостоятельным выбором тех форм ограничения, которые не ведут к существенному изменению привычных практик презентации тела в общественных местах, при общении с родственниками, друзьями, поддержании психического и физического здоровья. Третья группа пытается жить, сохраняя все прежние формы общения, поведения в общественных местах, конструирования внешне привлекательного тела. Такое поведение сопровождается отказом от формирования внутренних качеств, определяющих выработку социальной ответственности в новой социокультурной ситуации.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Докинз Р. Эгоистический ген / пер. с англ. Н. Фоминой. М.: АСТ: CORPUS, 2013. 512 с.
2. Essig L. American Plastic: Boob Jobs, Credit Cards, and Our Quest for Perfection, Boston: Beacon Press, 2010
3. Turner B.S. The Body and Society: Explorations in Social Theory. Third Edition. L., 2008.
4. Foucault M. Surveiller et punir: Naissance de la prison. Paris: Gallimard, 1975.
5. Bourdieu P.: Okonomisches Kapital, kulturelles Kapital, soziales Kapital // Kreckel R. (Hg.): Soziale Ungleichheiten, Soziale Welt, Sonderband 2, Göttingen 1983. P. 183-198.
6. Аналитики выяснили, кто в России всерьез боится коронавируса. URL: https://yandex.ru/turbo/ura.news/s/news/1052471469?utm_source=yxnews&utm_medium=desktop (дата обращения: 15.02.2021).
7. «Возвращения не будет»: как пандемия изменила нашу психологию. URL: <https://zen.yandex.ru/media/ideanomics/vozvrasceniia-ne-budet-kak-pandemiia-izmenila-nashu-psihologiiu-6011a0252ff89f235777b4bd> (дата обращения: 12.02.2021).
8. Россияне пристрастились к пластическим операциям после самоизоляции. URL: <https://lenta.ru/news/2020/06/29/plasticsurgery/> (дата обращения: 17.02.2020).

Меренков Анатолий Васильевич, доктор философских наук, профессор,
заведующий кафедрой прикладной социологии
Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина
620000, Россия, г. Екатеринбург, пр. Ленина, 51
E-mail: anatoly.mer@gmail.com

A.V. Merenkov

DESIGNING THE IN-DEMAND BODY: BEFORE AND DURING THE PANDEMIC

DOI: 10.35634/2587-9030-2021-5-2-145-154

Based on the materials of empirical studies conducted in 2018–2020, it is shown that in the minds of various social groups before the pandemic, the dominant idea was that the ideal body is a young person at the age of 15–25. The aim of individuals seeking to create a body demanded by society, employers, and the immediate environment of the body was one that outwardly corresponds to this age. Health was perceived as a means of providing a more significant goal: to be socially in demand as in youth, regardless of passport age. This determined the practices used to restore the vitality of the body when any disease occurs. The unique situation created in 2020 by the coronavirus has led to the return of age-old ideas about the meaning and value of designing the desired body. It should be, first of all, mentally and physically healthy, regardless of external attractiveness, age, social status, material opportunities for using modern technologies for rejuvenating the body. The main task of each person is to design a body that is maximally protected from the threat of a terrible disease. The presented materials reveal the factors influencing the formation of the needs of various social groups in the construction of the human body: media, fashion, subculture, reference group, the presence of economic and cultural capital. It was revealed that the activity in the formation of the body is determined by the degree of interest of the individual in its change. Gender differences in the formation of the desired body have been investigated. It has been shown that the body in demand is determined not only by external, but also by internal attractiveness, which is manifested in such personality traits as developed mental abilities, benevolence, respect for people, strong will, patience, a sense of duty, responsibility. In a pandemic, they were in demand to overcome the negative changes that began to occur in the mental and physical state of the body. The leading indicator of a healthy body is the stability of a mental system under the pressure of negative information about the danger of illness, the fear of becoming infected in traditional forms of communication with people.

Keywords: body, body in demand, body construction, pandemic, external attractiveness, internal attractiveness, physical and mental health, body construction practices.

For citation:

Merenkov A.V. Designing the in-demand body: before and during the pandemic // Bulletin of Udmurt University. Sociology. Political Science. International Relations. 2021. Vol. 5, iss. 2. P. 145-154. <https://doi.org/10.35634/2587-9030-2021-5-2-145-154>. (In Russ.)

Received 24.02.2021

Merenkov A.V., Doctor of Philosophy, Professor, Head of the Department of Applied Sociology
Ural Federal University named after the first President of Russia B.N. Yeltsin
Lenina prosp., 51, Yekaterinburg, Russia, 620000
E-mail: anatoly.mer@gmail.com